

Modulauswahl Sexualpädagogik

Aus folgenden Themenschwerpunkten stellt KriBi ein individuell auf die jeweilige Zielgruppe zugeschnittenes, sexualpädagogisches Bildungsangebot zusammen. Für die Behandlung eines Modules benötigen wir in der Regel eine Unterrichtslektion (45 min) wobei wir zur Vertiefung bis zu einem kompletten Projekttag gestalten können. Die Module sind frei kombinierbar und erfordern kein spezielles Vorwissen. Unser Bildungsangebot orientiert sich an menschenrechtsbasierter Sexualpädagogik und dem Social Justice und Diversity Training.

[] Begriffe und Sprache – über Sex und meinen Körper reden

Wir lernen über unseren Körper und über den Körper anderer zu sprechen. Wir können Gefühle und Bedürfnisse ausdrücken und unsere Ängste und Sorgen anderen mitteilen. Wir können unsere Grenzen anderen klar machen und verstehen wenn andere uns ihre Grenzen mitteilen. Wir verstehen warum auch Worte und nicht nur Taten Grenzen überschreiten können.

[] Körper und Pubertät – was geschieht da mit mir ?

Wir begreifen, was während der Pubertät mit unserem Körper geschieht. Menstruation, Erektion und Behaarung, Orgasmus und Körperbau sind nur einige der Themen die uns interessieren. Wir sprechen über die eigene Körperwahrnehmung und erfahren mehr über die Veränderungen in unserem Körper während dieser aufregenden Phase.

[] Fruchtbarkeit und Schwangerschaft – wie entsteht ein neuer Mensch?

Wir verstehen wie es zu einer Schwangerschaft kommt und wie diese abläuft. Von der Vorbereitung der Befruchtung bis hin zur Geburt werden alle Abläufe gut verständlich erklärt und gemeinsam erarbeitet.

[] Schwangerschaft und Verhütung – Ich will doch noch kein Kind!

Wir lernen verschiedene Verhütungsmethoden, ihre Vor- und Nachteile, so wie ihre Anwendung kennen. Pille, Kondom, Diaphragma, Spirale und viele weitere Verhütungsmethoden werden zum Anfassen und Begutachten mitgebracht und diskutiert.

[] Liebe, Sex und Beziehung – wie bekomme ich eine*n Freund*in?

Wir sprechen gemeinsam über unsere Erwartungen und Ängste, über Hoffnungen und Frustration in Bezug auf Liebe, Sex und Beziehung. Verliebt sein, Liebeskummer, Flirten, Schluss machen und vieles mehr besprechen wir in einem vertrauensvollen Rahmen.

[] Normen, Werte und Gesetze – Darf man das überhaupt?

Wir wissen, was in der Schweiz in Bezug auf Sexualität erlaubt und was strafbar ist und entwickeln unsere eigene persönliche Haltung zu sexualitätsbezogenen Themen. Wir müssen nicht alle dieselbe Meinung vertreten. Wir lernen, andere Meinungen, Sichtweisen und Lebensweisen zu respektieren. Wir kennen unsere Rechte und wissen wie wir diese schützen.

[] Geschlechterrollen und Bilder – typisch Mann, typisch Frau?

Wir hinterfragen unsere Bilder, die wir von Männern und Frauen haben. Wir erkennen, dass wir niemals allen Schönheitsidealen und Erwartungen an unser Verhalten gerecht werden können. Gemeinsam stellen wir uns eine Welt vor, in der wir vor allem wir selbst sein können und erarbeiten uns ein positives Selbstbild.

[] Vielfalt sexueller Lebensweisen – Wer liebt hier wen, weshalb und wie?

Wir verstehen was lesbisch, schwul, bisexuell, queer, pansexuell, asexuell und andere nicht-heterosexuelle Lebensweisen bedeuten. Wir räumen mit Vorurteilen auf und lernen Vielfalt wertzuschätzen.

[] Sexualität und Medien – alles Porno, oder was?

Wir lernen, Erfahrungen in Bezug auf Sexualität (Geschlechterrollenbilder, Pornografie, etc.) bei unserer Mediennutzung kritisch zu hinterfragen und einzuordnen. Wir diskutieren das Thema Selbstdarstellung in der „digitalen Welt“ und sprechen über Gefahren die im Netz lauern. Wir nutzen digitale Medien kritisch und verantwortungsbewusst.

[] Sexuell übertragbare Krankheiten – wie kann ich mich schützen?

Wir verstehen, wie wir uns vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützen können. Vorurteile und Fehlinformationen versuchen wir aus der Welt zu schaffen. Zudem besprechen wir, auf welche Symptome wir achten müssen, wo wir uns testen lassen können und was wir sonst noch beachten sollten.

[] Sexualisierte Gewalt und Missbrauch – Grenzen respektieren!

Wir verstehen, was eine Grenzverletzung ist, wie wir sie verhindern oder wo wir allenfalls Hilfe bekommen. Wir sprechen über Zustimmung als unabdingbare Voraussetzung zu jeglicher sexuellen Handlung, wie wir unsere Grenzen und die der anderen wahren und was wir tun können, wenn Grenzen verletzt wurden.

[] Weiterführende Informationen – ich hab noch 1000 weitere Fragen!

Wir wissen, wo wir gute Informationen rund um das Thema Sexualität herbekommen. Wir klicken uns durch Webseiten, stöbern in Büchern, verteilen Broschüren und vermitteln Kontakte zu Fach- und Beratungsstellen.